

PÉRDIDA DE LA IDENTIDAD CULINARIA: CASO SIERRA ALTA DE SONORA

Marco Antonio Medina¹

Martina Alcaraz Miranda²

Víctor Guadalupe Santiago Hernández³

RESUMEN

El hombre comienza a crear su imagen culinaria desde que se vuelve sedentario, pues utiliza los ingredientes o materia prima a su alcance que, en conjunto con la cultura ya desarrollada, van generando la gastronomía característica de su lugar. En el México prehispánico ya existían ciertos alimentos que con la llegada de los españoles y sufrieron un mestizaje culinario que, a su vez, fueron desplazando la identidad gastronómica original de los antiguos pobladores. Asimismo, las condiciones climáticas de la Aridoamérica son en gran medida determinantes en la vida culinaria de los mismos. Sin embargo, esta nueva identidad culinaria se ha ido perdiendo por diversos factores como la globalización, cambios y tendencias alimentarias más saludables, la escasez de alimentos en zonas por sequías o plagas, alimentos transgénicos, y la preferencia de productos de importación sobre productos nacionales.

Cabe mencionar que hablar de identidad culinaria no es lo mismo que hablar de gastronomía. Gastronomía se refiere a la relación del ser humano con su alimentación, tomando en cuenta factores medioambientales; mientras que lo culinario hace referencia a la forma de preparación y presentación de los distintos alimentos, esto en relación con la cultura de los lugareños.

Por otra parte, no es que no se deba crear una fusión de cocinas, lo preocupante del asunto radica en las razones por las cuales está ocurriendo esta “pérdida” y sus consecuencias. Por ejemplo, uno de los factores de obesidad en México y sobre todo en Sonora, es el alto consumo de alimentos rápidos o comidas preelaboradas, lo que a su vez busca la adquisición de productos *light* o alimentos “libres” de azúcares, sin considerar que la forma de alimentación ancestral era más sana, al consumir productos libres de químicos o sintéticos como se hace en la actualidad. Todas estas tendencias han inclinado a las familias a adoptar nuevas formas de consumo, lo que ha provocado un incremento en la demanda de alimentos de comida rápida, precocidos o preparados fuera de casa, así como una mayor frecuencia de asistencia a restaurantes. Asimismo, algunos gastrónomos buscan productos bajos en grasa, que contengan un menor contenido de grasas trans. Los mismos definen esta aculturación culinaria como una fusión culinaria, sin embargo, no toman en cuenta la cultura ancestral perdida con ello.

Por último, se realiza un análisis sobre la gastronomía en Sonora, a partir de encuestas en municipios que conforman la sierra alta sonoreNSE, con el fin identificar qué tanto conocen las personas residentes en este lugar sobre la gastronomía del estado.

PALABRAS CLAVE

Cultura: En el uso cotidiano, la palabra *cultura* se emplea para dos conceptos diferentes:

¹ MDCD, Universidad de la Sierra, mmedina@unisierra.edu.mx

² MA, Universidad de la Sierra, malcaraz@unisierra.edu.mx

³ MCS, Universidad de la Sierra, vsantiago@unisierra.edu.mx

- Excelencia en el gusto por las bellas artes y las humanidades, también conocida como alta cultura, que es un concepto utilizado de formas diferentes en entornos académicos, cuyo uso más común es la valoración de ciertos productos artísticos y culturales (especialmente obras de arte, obras literarias y obras musicales) para ponderarlos como los de más alta estima.
- Los conjuntos de saberes, creencias y pautas de conducta de un grupo social, incluyendo los medios materiales que usan sus miembros para comunicarse entre sí y resolver necesidades de todo tipo.

El uso de la palabra Cultura fue variando a lo largo de los siglos. En el latín hablado en Roma significaba inicialmente "cultivo de la tierra", y luego, por extensión metafóricamente, "cultivo de las especies humanas". Alternaba con civilización, que también deriva del latín y se usaba como opuesto a salvajismo, barbarie o al menos rusticidad. Civilizado era el hombre educado.

En las ciencias sociales, el sentido de la palabra cultura es más amplio, la cultura abarca el conjunto de las producciones materiales (objetos) y no materiales de una sociedad (significados, regularidades normativas creencias y valores).

Según Tylor, la cultura es:

"...aquel todo complejo que incluye el conocimiento, las creencias, el arte, la moral, el derecho, las costumbres, y cualesquiera otros hábitos y capacidades adquiridos por el hombre. La situación de la cultura en las diversas sociedades de la especie humana, en la medida en que puede ser investigada según principios generales, es un objeto apto para el estudio de las leyes del pensamiento y la acción del hombre". (Tylor, (1995) [1871])

Sin embargo, para un sociólogo, todo individuo hasta el más inculto, en el sentido vulgar, posee una cultura: porque cultura es todo lo que se aprende socialmente y es compartido por los miembros de una sociedad.

Muchos de los cambios culturales de una región se deben a la influencia de otras culturas, como consecuencia de los diferentes procesos de integración económica, política y social; los medios de comunicación y los avances tecnológicos.

"Cultura, es el aprovechamiento social del conocimiento"

Gabriel García Márquez.

Gastronomía: La gastronomía es un término que según su etimología proviene del griego "gastros", que significa "estómago o vientre" y "nomos" que significa "costumbre o ley". La gastronomía es el estudio del vínculo que existe entre los individuos, la comida y el medio ambiente. Por lo que la gastronomía no implica solamente un cúmulo de técnicas de cocción, sino el nexo que las personas sostienen con el medio que los rodea, del cual reciben sus recursos alimenticios, en la forma en que los utilizan y todos aquellos aspectos culturales y sociales que guardan relación con la degustación de las preparaciones culinarias.

Una de las características básicas de la gastronomía, es que ésta puede ser particular o propia de una región en especial, ya que la manera como es preparado un platillo puede variar dependiendo de un lugar a otro. Estas diferencias también pueden darse dentro del mismo país, dependiendo de los recursos que se tengan a la mano. Esto indica el vínculo de la gastronomía con el medio ambiente.

La importancia de la gastronomía radica en cada una de las regiones en donde se genere, permitiendo conocer la cultura de cada pueblo, ya que además de brindar sabores deliciosos y únicos, la gastronomía habla directamente de las costumbres y formas de vida de los habitantes de una región, de la antigüedad de cada pueblo, de la utilización de los recursos de la localidad y de los adelantos que han ocurrido a lo largo de los años. Desde el punto de vista de la salud, la importancia de la gastronomía reside en tradiciones culinarias específicas, asociadas al incremento de ciertas enfermedades, inclusive favorables para la disminución de otras. Por ejemplo, hay regiones en donde las personas tienen una esperanza de vida alta, y esto en muchos casos se debe a la alimentación que reciben. (Centro de Investigación en Alimentación y Desarrollo, A. C., 2017)

Identidad: En términos generales, es el conjunto de rasgos o características de una persona o cosa que permiten distinguirla de otras en un conjunto. En las ciencias sociales (psicología y sociología, principalmente), la identidad es, de manera amplia, la concepción y expresión que tiene cada persona acerca de su individualidad y acerca de su pertenencia o no a ciertos grupos.

La identidad se construye a través de un proceso de individualización por los propios actores para los que son fuente de sentido y aunque se puedan originar en las instituciones dominantes, sólo lo son si los actores sociales las interiorizan y sobre esto último construyen su sentido. (GIDDENS, 1995)

Otro concepto que debemos definir es el de Identidad cultural, que es el conjunto de valores, tradiciones, símbolos, creencias y modos de comportamiento que funcionan como elementos dentro de un grupo social y que actúan para que los individuos que lo forman puedan fundamentar su sentimiento de pertenencia que hacen parte a la diversidad al interior de las mismas en respuesta a los intereses, códigos, normas y rituales que comparten dichos grupos dentro de la cultura dominante.

A decir de Jaime Fisher, la identidad cultural es el sentido de pertenencia a un determinado grupo social y es un criterio para diferenciarse de la otredad colectiva. Así, un individuo puede identificarse con alguno o algunos de los contenidos culturales de un grupo social (tradiciones, costumbres, valores), pero en un mismo grupo aparentemente homogéneo existen varias identidades, puesto que cada uno de sus integrantes se identifica con varios (no todos, ni de la misma manera) con los componentes señalados. La multiculturalidad⁴, entonces, es ese conjunto de identidades posibles dentro de un mismo grupo. (Fisher, 2014)

No obstante, la identidad cultural no es un concepto fijo sino dinámico, pues se encuentra en constante evolución, alimentándose y transformándose de manera continua de la influencia exterior y de las nuevas realidades históricas que acontezcan.

Conviene también recordar que la identidad cultural, pese a que generalmente está ligada a un territorio geográfico particular o a una nación, puede persistir en los grupos o comunidades que se encuentran fuera de su país, como los refugiados, los emigrantes, los desplazados o los exiliados, pudiendo un individuo identificarse con más de un grupo cultural, o con varias identidades culturales dentro de un grupo más o menos homogéneo, lo que vendría a dar paso a la interculturalidad.

⁴ Es la existencia de varias culturas conviviendo en un mismo espacio físico, geográfico o social.

DESARROLLO DE LA PONENCIA

El hombre primitivo por su naturaleza nómada, fue identificando y adoptando a su dieta una gran variedad de ingredientes: granos, raíces, plantas, animales, etc., los cuales fueron creando una gama de alimentación de esos grupos, sin embargo, los climas y la geografía han jugado un papel importante, ya que no es posible encontrar las mismas materias primas en todas partes, además de que existen ingredientes que sólo se encuentran durante ciertas temporadas.

Al hacerse sedentario, el hombre, comenzó a crear ya su imagen culinaria debido a que usaba los ingredientes o materia prima que estaba a su alcance, esta imagen, en conjunto con la cultura ya desarrollada, fueron generando la gastronomía característica de su lugar específico. Así dieron inicio al cultivo de sus propios ingredientes y a la domesticación de ciertos animales para consumo.

En la actualidad, en muchas regiones, existe una cierta identidad culinaria para ciertos platillos, sin embargo, existen platillos con la misma denominación, pero con diferente elaboración y variación de ingredientes, esto debido a que no se encuentran los mismos ingredientes en la sierra que en la costa, en climas fríos que, en climas tropicales, esto genera esa identidad culinaria de cada región.

Si bien es sabido que en el México antiguo ya existían ciertos alimentos previo a la llegada de los españoles, también se tienen ingredientes que fueron traídos por ellos y sufrieron un mestizaje culinario que, a su vez, fueron desplazando la identidad gastronómica original de los antiguos moradores de la Mesoamérica.

En palabras de Salvador Novo:

“Consumada la conquista, sobreviene un largo periodo de ajuste y entrega mutuos: de absorción, intercambio, mestizaje: maíz, chile, tomate, frijol, pavos, cacao, quelites, aguardan, se ofrecen. En la nueva Dualidad creadora -Ometecuhtli⁵, Omecihuatl⁶-, representan la aparente vencida, pasiva, parte femenina del contacto. Llegan arroz, trigo, reses, ovejas, cerdos, leche, quesos, aceites, ajo, vino y vinagre, azúcar. En la Dualidad representan el elemento masculino. Y el encuentro es feliz, los esponsales venturosos, abundante la prole. Atoles y cacaos se benefician con el piloncillo y la leche”.

Con estas palabras dice Novo de la fusión de los ingredientes y del comienzo de la pérdida culinaria de los antiguos moradores ante la llegada de los españoles. Esto significa que desde ese momento se comenzó a cambiar la alimentación de los habitantes de la Mesoamérica y con la migración de los españoles hacia el norte, de la Aridoamérica (Novo, 1997).

Extendido en la zona que los arqueólogos denominan Aridoamérica, lejos de los grandes centros de civilización del altiplano y del sureste mexicanos y distante también de las construcciones monumentales que perduran hasta nuestros días, se despliega el agreste territorio sonorense. Contrastes brutales, extremos que se tocan, esa es la configuración de la Sonora actual, apenas una parte del mítico territorio de hace un par de siglos.

Desde la inmensa cordillera hasta el vasto desierto; los grandes bosques de pinos y encinos en la primera y los extensos arenales desérticos del Altar en el segundo. Y como puente, entre los extremos hostiles,

⁵ Del náhuatl: *ometecuhtli*, ‘dos señor’ ‘ōme ‘dos’; *tecuhli*, señor’

⁶ Del náhuatl: *omecihuatl*, ‘dos señora’ ‘ōme ‘dos’; *cihuatl*, señora’

una zona de transición surcada por los ríos Mayo y Yaqui⁷, con ricas planicies aluviales apropiadas para la agricultura de regadío.

Dadas estas características geográficas, las condiciones de vida de los antiguos pobladores fueron precarias. La tierra no permitía al hombre más que una subsistencia cercana al salvajismo inviernos con temperaturas por debajo de los veinte grados bajo cero, veranos abrasadores que rebasan los cuarenta grados centígrados, sierra y desierto, sequía que hace del agua, más que un simple líquido, factor decisivo de vida o muerte. Seris, pápagos, pimas, ópatas, jovas, chinipas, varohíos, yaquis y mayos⁸, practicaron una agricultura incipiente, la cual, sin embargo, se abandonaba por la caza, la pesca y la recolección que permitían -en algunos casos aun en nuestros días- la supervivencia de los grupos.

Las condiciones climáticas de la Aridoamérica determinaron la vida de los pobladores en gran medida. Esta región extremadamente seca, con escasas e intermitentes lluvias, de grandes llanuras y serranías semidesérticas, era prácticamente imposible cultivar, estaba dominada por pobladores con un gran conocimiento de la flora y fauna del lugar, por lo que su dieta se basaba en plantas y raíces de las denominadas suculentas⁹, es decir, jugosas, cactáceas como los nopales, biznagas en su totalidad, agaves, entre otros, fueron parte de la alimentación básica de los habitantes que en su mayoría eran nómadas, cazadores y recolectores, en gran medida, la misma geografía y condición climática no les permitía asentarse en un solo lugar.

En sus intentos por asentarse en alguna región, tuvieron que recurrir a la prueba y error para poder determinar los alimentos apropiados para su consumo, ya que, al llegar a un nuevo lugar, encontraban bayas y frutos que podrían intoxicarlos e incluso matarlos. Consumían miel de abeja, gusanos, víboras, ranas, tlacuaches, conejos, guajolotes y otras aves. También era común la caza de osos, berrendos, venados y bisontes.

Algunos grupos pequeños lograron establecerse cerca de los ríos, lo que les permitió sembrar plantas comestibles. Los que vivían cerca de las playas se alimentaban de peces y mariscos y hasta lograron hacer algunas pequeñas embarcaciones. Otros grupos pequeños aprendieron a sembrar y cultivar la tierra empezando así una vida sedentaria.

A la llegada de los españoles y con la introducción del trigo y el ganado comenzó así el intercambio gastronómico, los pobladores del norte se fueron haciendo cada vez más sedentarios y muy pronto empezó esta novedad a ser parte de su cultura y de ésta manera formaron su identidad culinaria, dejando de cazar, adoptando reses y cerdos, animales traídos por los españoles, que no causaban dificultad para atraparlos y les hacía más fácil su alimentación.

Estos hombres de fe y voluntad férrea, introdujeron la ganadería y la agricultura con nuevos implementos recién llegados de Europa, gracias a los auspicios de los misioneros llegados desde Europa. Uno de los alimentos mestizos que la tribu yaqui consumía cotidianamente, era un alimento elaborado con tortillas de harina de trigo, tasajo¹⁰ y queso, sirvió para calificar su tozudez¹¹, y desde entonces se llamaron “burros norteños”, platillo que aún se sirve, pero con una serie de ingredientes diversos que van desde productos cárnicos de res o aves, hasta una serie de productos vegetales.

⁷ Principales ríos del estado de Sonora.

⁸ Grupos étnicos activos a la llegada de los españoles a Sonora.

⁹ Plantas con gran proporción de tejido parenquimático que puede almacenar grandes cantidades de agua. - MG Simpson. 2005. Plant Morphology. En: Plant Systematics. Elsevier Academic Press. Capítulo 9.

¹⁰ Producto de carne seca y deshidratada.

¹¹ Adjetivo que puede ser usado como sinónimo de terco u obstinado.

A partir del siglo XVII la relación de los misioneros jesuitas con los nativos de la región y con sus formas de consumo y elaboración de alimentos sentó las bases para estructurar conceptos propios de alimentación e imprimir a la entidad un sello distintivo. Algunos de los alimentos que se consumían en esta región eran conocidos por los primeros habitantes de Sonora desde hace muchos años y constituían la dieta de los antiguos sonorenses, junto con carnes de la caza de especies silvestres (Camou, 2012).

Durante el siglo XVIII la expansión y el incipiente desarrollo de las actividades agrícolas y ganaderas y, posteriormente, casi al final del siglo XIX, la aparición de los molinos harineros y algunas fábricas de alimentos y bebidas, propiciaron una diversificación mayor del consumo de alimentos y de sus formas de preparación en beneficio de la gastronomía regional. Para entonces las tortillas de harina y de maíz formaban parte esencial de la comida sonorenses, al igual que los tamales de elote y de carne con chile colorado. El pozole de trigo, los coricos de maíz, el asado de res y la machaca eran otros de los platillos que enriquecían la mesa de los sonorenses. Estos se complementaban con el consumo de garbanzo, frijol, lentejas, calabacitas, camote y cacahuete, además de frutas de temporada como el higo, la granada, el durazno, la sandía, las uvas, la naranja, la toronja y los limones. Al iniciar el siglo XX, como resultado de la agricultura comercial en pequeña escala y de la siembra para autoconsumo familiar, en algunos pueblos cercanos a Hermosillo y, particularmente en la sierra alta de Sonora, se consumían hortalizas como el chile verde, la cebolla, el tomate, repollo, pepino, chícharo, rábano, ajo, calabaza, cilantro y zanahoria. También se acostumbraba el consumo de caña de azúcar, en su forma natural o para hacer “panocha” o piloncillo, derivados como el “punto” y la melaza y dulces regionales como la melcocha (Pérez & Ortega, 1994)

“Donde se acaba la cultura y comienza la carne asada” frase muy característica que dijo algún día el político, pensador y escritor mexicano, José Vasconcelos, refiriéndose al norte de México, para hacer referencia a lo recio que son los habitantes de esa parte del país, pues la cultura es diferente; la cultura gira en torno al asador, esto hace alusión al alto consumo de productos cárnicos en la región. Sin embargo, se creó una identidad culinaria en la sierra y otra en las llanuras y partes bajas. Esto debido a los ingredientes encontrados en cada lugar y a la cultura de consumo de los pobladores. De esta forma, en Sonora, se fue haciendo una cultura sobre el consumo de carne.

La prosperidad de Sonora básicamente se debe, como era de esperarse, a la positiva e innegable calidad de la gente norteña, mezcla de voluntad, transparencia y tradición; de esfuerzo, orgullo y sencillez, y apertura de corazón de todo aquel que arriba a su tierra; por eso sabe brindar cálidamente lo mejor de una cocina regional en la que ha sabido mezclar, sabiamente, cuando ingrediente es susceptible de transformación gastronómica, como es el caso, por ejemplo, de los frijoles y el nixtamal en su famosa “gallina pinta¹²”.

CONACULTA, reconoce la cocina sonorenses y ofrece algunas recetas con sus ingredientes tradicionales, además de recetas de panes y postres, que merecen grandes aplausos. Panes buenos, bizcochos y galletas golosas, golosinas inolvidables hasta un dulce sorbo de agua de trigo limpio (CONACULTA, 2011).

Hoy en día, se ha perdido mucho de esa identidad debido a factores como la globalización, cambios y tendencias alimentarias más saludables, la escasez de alimentos en zonas por sequías o plagas, alimentos transgénicos, importados, etc.

¹² Platillo a base de carne de res cocida con granos de maíz y frijol, originario de la Sierra Sonorense, cuyo nombre proviene, no porque esta comida lleve gallina, sino por los colores que presenta ya terminado el platillo, que los granos de maíz en conjunto con los de frijol hacen que el platillo se vea pinto

La cocina mexicana incluye en su elaboración muchas especies de la biodiversidad de nuestro país, la mayoría son originarias o se domesticaron aquí como el maíz, el chile, el frijol, el epazote, la calabaza, el cacao. En 2010 la cocina tradicional mexicana fue reconocida por la UNESCO¹³ como patrimonio inmaterial de la humanidad.

Diana Kennedy, gran estudiosa de la cocina del país, señala que hay “muchos sabores que se están perdiendo” y también “muchos ingredientes originales”. Una gran preocupación es que está “cambiado” el sabor, el olor, la textura de muchos ingredientes por lo que muchos platillos ya no “saben igual” que antes (Kennedy, 2014).

Hablar de identidad culinaria no es lo mismo que hablar de gastronomía. Gastronomía se refiere a la relación del ser humano con su alimentación, tomando en cuenta factores medioambientales; mientras que lo culinario hace referencia a la forma de preparación y presentación de los distintos alimentos, esto en relación con la cultura de los lugareños.

Se puede, en ocasiones, confundir los términos o hacer mención de ellos como sinónimos, esto podría considerarse como un error, sin embargo, se sabe que la cultura de muchos pueblos se desarrolla de acuerdo a su geografía, y los usos y costumbres referentes a alimentación de estos, puede ser consecuencia de un mestizaje culinario por la migración de las personas o, en su defecto, por la introducción de ingredientes no nativos del lugar.

Esto ha generado a través del tiempo, un cambio en la alimentación, gracias a la globalización y a las nuevas tecnologías y transportes, hoy es posible tener ingredientes de otros países y con ellos preparar los platillos típicos, sin embargo, esto genera pérdida de los ingredientes originales o de la forma ancestral de elaborarlos.

En la actualidad, parte de la convivencia cotidiana dentro del hogar o de los grandes y pequeños festejos en las comunidades rurales y en la ciudad están motivados por compartir un buen guiso: una carne asada con tortillas de harina y cerveza o una barbacoa acompañada de “frijoles puercos”¹⁴; y en los lugares de la Costa, una buena mariscada, en la que no puede faltar el ceviche de camarón o de pescado

Las reuniones familiares para festejar algún acontecimiento, los encuentros casuales y ocasionales entre los amigos, y las citas y conquistas amorosas, a menudo están acompañadas de platillos típicos como los tamales de carne o de elote, la carne machaca, los cortes finos de carne o *steaks*, el guacamole y las “coyotas”¹⁵. Con marcadas diferencias regionales, todos estos platillos han llegado a conformar parte de la dieta de los sonorenses. Aunque ya no se consumen con la misma frecuencia siguen siendo un referente simbólico que identifica las particularidades alimentarias y gastronómicas de la región.

El progresivo abandono de algunos de los guisos y platillos sonorenses encuentra su explicación en la crisis del campo en gran medida, a la disminución de la agricultura por causas de sequía y a la cercanía con Estados Unidos de América. A diferencia del pasado, productos como las hortalizas y frutas de temporada para la elaboración de dulces regionales, se siembran cada vez en menor medida y resulta casi imposible conseguirlos en el comercio local; otros más hay que traerlos de estados vecinos, como el caso del chile colorado, protagonista central de la gastronomía de la región.

¹³ Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (en inglés United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization)

¹⁴ Mezcla de frijoles, tocino, chorizo de cerdo y queso

¹⁵ Postre característico del estado consistente en una especie de tortillas de harina rellena de piloncillo cocinada en horno de leña.

Es por todos conocido que en los últimos años las lluvias han sido escasas en el estado, no se puede culpar a ese factor como único, debido a la cercanía con la frontera muchas familias emigran en busca del sueño americano, lo cual provoca que a su retorno traigan consigo una aculturación culinaria.

De acuerdo con Phinney, la aculturación es el proceso mediante el cual una cultura asimila e incorpora elementos procedentes de otra cultura con la que ha estado en contacto directo y continuo durante cierto tiempo. Este proceso sigue unos patrones de conducta que son asimilados de una forma continua y en ocasiones fluida, moviéndose entre lo tradicional y las nuevas costumbres adoptadas (JS, 2003).

Este “cambio” de sabor de los platillos de la cocina tradicional mexicana está erosionando la identidad culinaria. No es que no se deba innovar o crear una fusión de cocinas, sino lo preocupante son las razones por las cuales está ocurriendo esta “pérdida” y sus consecuencias. Hoy en día, los que preparan alimentos, notan que los ingredientes se ven, huelen y saben diferente, pero aun así los compran. Uno de los principales motivos, es por el menor costo de los productos importados ante los nacionales. Quien realizan las compras, suelen decir frases como “compro el más barato porque gasto menos”, un ejemplo son los chiles importados de China, el mexicano es más largo y ancho y con sólo olerlo el picante entra por la nariz y el chino esta enroscado y delgado, además que ni siquiera tiene picor. En esto, también influye la apariencia, tiene gran importancia al momento de escoger un producto que se vea fresco y con los colores vivos. Así, la apariencia desplaza al sabor, por lo que los consumidores se inclinan por mercancías más grandes y más coloridas, y por lo tanto son consideradas las más “bonitas” pero no las más deliciosas. Los restaurantes, en ocasiones, también sacrifican el sabor por el precio, compran productos importados en lugar de nacionales. Todos los compradores que eligen estos productos no saben que el ahorro y la apariencia es un golpe a la producción nacional que la desalienta.

Algunos gastrónomos definen esta aculturación¹⁶ culinaria como una fusión culinaria, sin embargo, no toman en cuenta la cultura ancestral perdida con esto. Hoy se utilizan alimentos procesados, alimentos transgénicos, ingredientes con altos contenidos de sodio y bajo aporte vitamínico, los cuales, en las épocas ancestrales les aportaban altos valores nutricionales y hoy sólo se busca estar a la moda con el consumo de ciertos alimentos, creando así una deficiencia alimentaria en la población.

En los años recientes, sin embargo, otras construcciones de identidades se han conformado alrededor de los hábitos de consumo y formas de preparación de alimentos de los sonorenses. La mezcla y la variedad son algunos indicadores que definen sus prácticas de consumo. Se trata de alimentos que reflejan las hibridaciones culinarias contemporáneas, merced a la cantidad de alteraciones que sufren en términos de ingredientes y formas de preparación, cuyos resultados difícilmente se encuentran en otra región. Es el caso del “hot dog sonoreño”¹⁷ (Figura No. 1), el sushi, las pizzas, las hamburguesas, el pollo frito empanizado y la comida china (llamada por algunos “comida chinoreño”) entre otros, que han venido a cambiar la forma de alimentación de hoy en día en los pueblos de la sierra sonoreña.

Aunque están fuera de los estereotipos heredados provenientes del consumo de la carne y derivados del trigo y del maíz, los “nuevos” productos, o lo que bien podría llamarse la “nueva cocina sonoreña”, refleja los contrastes simbólicos alimentarios y la capacidad de adopción y de adaptación a patrones alimentarios originarios de otras regiones y países; situación a la que, sin duda, han contribuido la presencia de múltiples franquicias extranjeras de alimentos así como la reciente incorporación de la mujer al mercado de trabajo, el relativo aumento del nivel de vida y del poder adquisitivo de ciertos estratos de la población y los cambios en los estilos de vida de los sonorenses. (Sandoval & Camarena, 2011)

¹⁶ Resultado de un proceso en el cual una persona o un grupo de ellas adquieren una nueva cultura (o aspectos de la misma)

¹⁷ Ya identificado a nivel internacional por su gran variedad de ingredientes adicionales que contiene.

Figura No. 1 Hot-Dog Sonorense



Ejemplo de un Hot-dog en Sonora, conocido popularmente como “Dogo”.

Fotografía: Los Dogos de Sonora

Uno de los factores de obesidad en México y sobre todo en Sonora,¹⁸ es el alto consumo de alimentos rápidos o comidas preelaboradas, siendo el resultado directo de un balance positivo y crónico de energía, es decir de una ingestión de energía superior al gasto energético. Sin embargo, las causas del balance positivo de energía son multifactoriales, operan a lo largo del curso de la vida y en distintos niveles del sistema económico, social, cultural y legal. Las causas inmediatas de la obesidad se refieren a una elevada ingestión y un bajo gasto de energía, mediados por la dieta y la actividad física en el trabajo, la recreación y el transporte. El balance energético está también modulado por factores fisiológicos, genéticos y epigenéticos¹⁹. A su vez estas causas inmediatas son influenciadas por otras subyacentes como la alta disponibilidad y accesibilidad de alimentos con elevada densidad energética y bebidas azucaradas, el mercadeo masivo de alimentos procesados, los bajos precios relativos por caloría tanto de alimentos procesados con alta densidad energética como de bebidas con aporte calórico.

Un factor subyacente reconocido es la pérdida de la cultura alimentaria tradicional, causada por diversas razones, incluyendo el tiempo limitado para la compra, selección y preparación de alimentos, la disponibilidad y accesibilidad a alimentos con alto contenido energético y bajo costo, así como la publicidad de alimentos y bebidas procesados que han acompañado el fenómeno de la globalización. Las complejas relaciones causales que dan origen a la obesidad, requieren igualmente de una respuesta compleja coordinada por el Estado, con un abordaje transectorial y multidisciplinario, basada en la mejor evidencia científica y que se traduzca en beneficios para la población. La respuesta debe, por un lado, mitigar los efectos de la urbanización, de la globalización, de los mercados desregulados, de la falta de accesibilidad a alimentos de calidad y, por otro, empoderar a los ciudadanos con información clara sobre la calidad nutricional de los alimentos y bebidas, los riesgos a la salud derivados de su consumo y sobre los efectos positivos en la salud de la actividad física regular. Igualmente debe acotar la libertad comercial que deja a la población desprotegida frente a las agresivas campañas de mercadeo de alimentos y bebidas industrializadas. Se ha especulado también sobre la posible influencia de factores psicosociales en el consumo de dietas con alto aporte de energía. Es posible que la obesidad esté relacionada con factores psicológicos y con la respuesta del individuo a determinadas experiencias emocionales (negativas o positivas); por otro lado, la propia psicopatología conlleva a la pérdida de la

¹⁸ De acuerdo con datos de la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (Ensanut) 2016, Sonora está en los primeros lugares de obesidad infantil y sobre todo en mujeres.

¹⁹ Es un sistema de regulación que controla la expresión de los genes sin afectar a la composición de los genes en sí mismos.

estructura en la alimentación y al sedentarismo, con la subsecuente ganancia de peso, conformándose así un círculo vicioso.

Hoy día, 50% de lo que se consume en México, son productos procesados y de transnacionales que fabrican alimentos chatarras, con alto contenido en grasa, sal y azúcar, que resultan ser un producto inadecuado para una población que de por sí padece inseguridad alimentaria (Enciso, 2013).

Enrique Jacoby, asesor regional sobre alimentación saludable y vida activa de la Organización Panamericana de la Salud (OPS) advirtió que en México se comen demasiados "snacks" y que en tan sólo 20 años se reemplazó todo el sistema alimentario basado en una variedad gastronómica característica del patrimonio cultural mexicano (Enciso, 2013).

Otro de los problemas que se presentan en México, es el consumo de productos *light* o alimentos "libres" de azúcares, pero adicionados con edulcorantes químicos no calóricos con el fin de disminuir la cantidad de consumo de glucosas que puedan poner en riesgo la salud. Sin embargo, el alto consumo de estos químicos puede causar daños a la salud. Cada día existe una mayor obsesión por estar delgadas y con una figura esbelta y a la moda. Esto también ha llevado a la sociedad a comprar un sinnúmero de productos y suplementos para adelgazar, así como productos con bajo contenido calórico sin saber los daños a la salud. Estos cambios corporales, como el miedo engordar se debe a que han cambiado los estilos de vida, la personas quieren verse bien, pero con un mínimo esfuerzo físico. Además, en la televisión presentan modelos delgadas que hacen creer que se ven bien, pero en realidad presentan trastornos alimenticios.

No se toma en cuenta que la forma de alimentación ancestral era más sana, al consumir productos libres de químicos o sintéticos como se hace en la actualidad. Otros productos que se importan de otros países, los cuales no contienen los mismos niveles proteínicos o simplemente hacen que el sabor de los alimentos varíe.

Y que sería si en este consumo se adquirieran productos nacionales en vez de internacionales. Pero la realidad es otra, el mexicano tiende a hacer "malinchista" menospreciando lo que se produce en el país. Pensando que los productos extranjeros son mejores que los productos nacionales, que si se consumieran ayudarían a mejorar el crecimiento económico, la gente tendría empleo, un mejor nivel de vida, pero preferimos ayudar a otros países consumiendo sus productos, porque muchos de estos tienden a ser más baratos, como en el caso de productos chinos que han desplazado nuestro mercado.

Todas estas tendencias han inclinado a las familias a adoptar nuevas formas de consumo, lo que ha provocado un incremento en la demanda de alimentos de comida rápida, precocidos o preparados fuera de casa, así como una mayor frecuencia de asistencia a restaurantes. Esto lleva a hacer mención del problema de pérdida de la identidad gastronómica, debido que muchos visitantes o turistas que llegan a alguna población rural en búsqueda de algún platillo característico o típico, se encuentran con que solo hay productos de la denominada "fast food", alimentos preelaborados o instantáneos como es el caso del café, el cual, en la sierra de Sonora, ha dejado de ser un producto de elaboración artesanal, donde los pobladores muy temprano inundaban el lugar con el aroma a café recién tostado, para después degustarlo con una rica tortilla de harina recién salida del comal y con su respectiva porción de queso fresco de reciente elaboración. Muchas personas han dejado de tostar café debido al bajo consumo de este o a la facilidad del uso de un café instantáneo, también se han dejado de hacer diversos productos característicos de la sierra como tortillas y pan vaquero, por mencionar algunos. Hoy en día estos productos han sido sustituidos por otros ya industrializados y que tienden a ser, generalmente, de importación.

Las nuevas tendencias de consumo alimentario, hoy en día se busca una alimentación más “sana”, por lo que algunos gastrónomos buscan los productos bajos en grasa, que contengan un menor contenido de grasas trans, productos orgánicos, e incluso productos libres de azúcares como la lactosa o libres de glutamato mono sódico²⁰ (GMS) o gluten²¹. No es posible culpar estas tendencias de moda ya que se extienden por todas partes gracias a la tecnología, sin embargo, existen lugares en los que no cuentan con este tipo de alimentos y sí ofrecen productos característicos del lugar que no cumplen con las expectativas de los mercados antes mencionados. Todo esto lleva a una baja de la economía y al cambio gastronómico de estos lugares.

Otro de los motivos que llevan a diversas personas a consumir alimentos preelaborados es, que no buscan nutrirse, sino solo comer para tener la energía para poder llevar a cabo sus actividades, sin saber que el alto consumo de alimentos de esas características no aporta lo esencial para su organismo, también la falta de tiempo ha llevado a la gente a hacer uso de alimentos de este tipo.

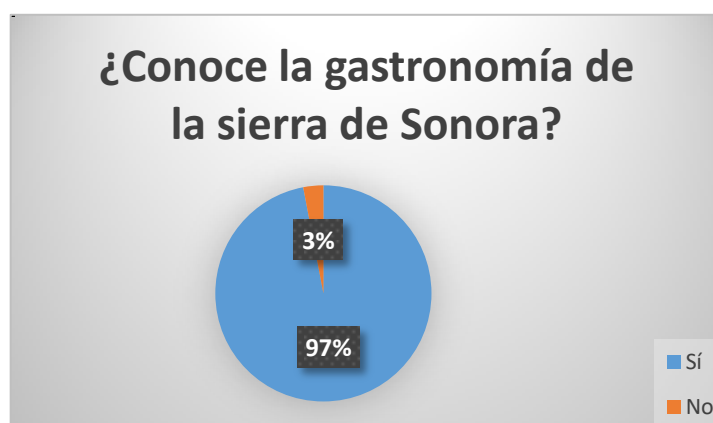
Aunque la cocina sonorense no es de difícil preparación, suele buscarse alimentos que tarden menos en cocinarse o incluso no sea necesario cocinarse, como es el caso de algunos tubérculos que ya es posible encontrar deshidratados o en envases al vacío, incluso se pueden encontrar hoy en día frutas o vegetales envasados con un alto contenido de conservadores.

La cocina sonorense utiliza ingredientes sencillos, sin embargo y como se ha mencionado anteriormente, muchos de éstos escasean debido a la falta de cultivos lo que hace que algunos platillos no se puedan hacer de forma tradicional y se deba usar ingredientes envasados.

Haciendo un análisis sobre la gastronomía en Sonora, se realizaron encuestas en municipios que conforman la sierra alta sonorense, entre ellos podemos mencionar los municipios de Huachinera, Bacerac, Bavispe, Bacadehuachi, Nácori Chico, Huásabas, Granados y Villa Hidalgo.

Esta encuesta fue con el fin identificar qué tanto conocen las personas residentes en este lugar sobre la gastronomía del mismo, para esto se encuestó a personas menores de 30 años quienes son las que están más en contacto con las nuevas tendencias de la alimentación moderna y son quienes tienden a utilizar productos del genero denominado nutrición sana, teniendo como resultado lo siguiente:

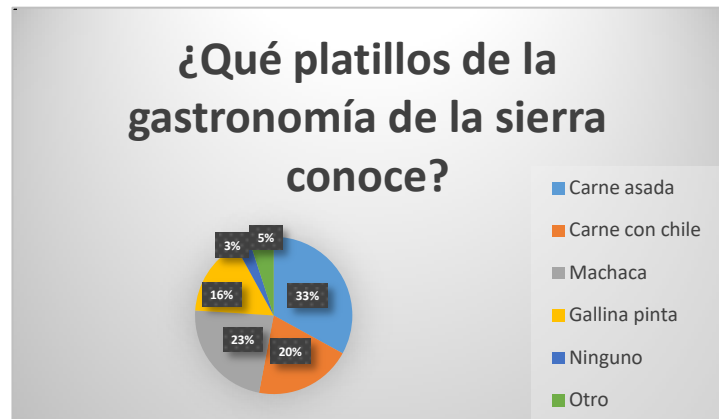
La mayoría de las personas encuestadas dicen conocer la gastronomía de la sierra de Sonora, pero lo realmente llamativo es el resto, 3%, que dicen no conocer esta gastronomía o al menos no identificarla.



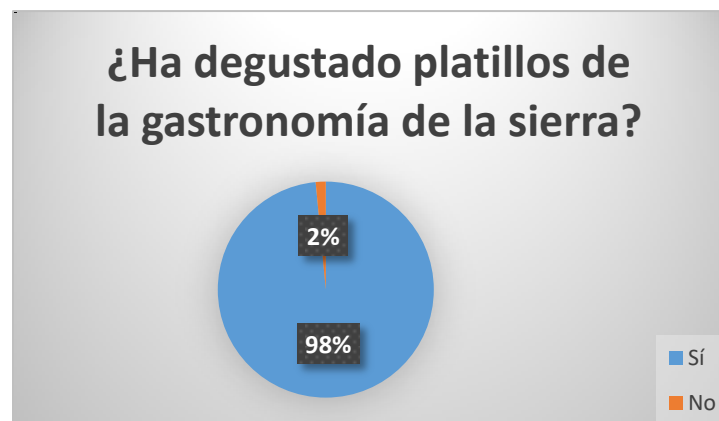
²⁰ La sal sódica del ácido glutámico, uno de los aminoácidos no esenciales más abundantes en la naturaleza, La industria alimentaria comercializa y usa el GMS como potenciador del sabor, debido a que equilibra, combina y resalta el carácter de otros sabores.

²¹ Es un conjunto de proteínas de pequeño tamaño, contenidas exclusivamente en la harina de los cereales de secano.

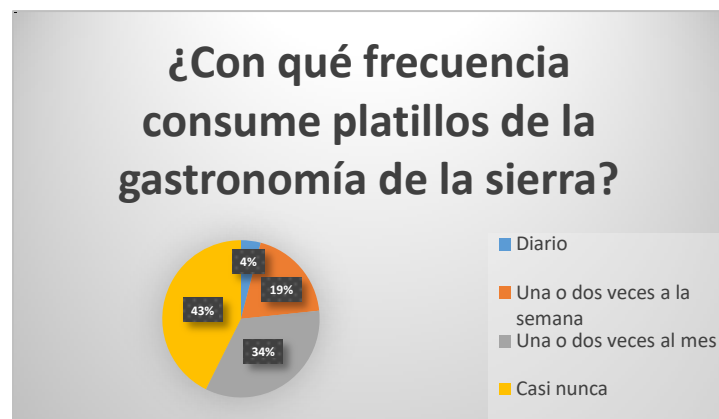
Al cuestionar sobre los platillos que conocen, los porcentajes mayores se inclinaron a los productos cárnicos, en otros estados del país se identifica a Sonora como cuya alimentación se basa en la carne, y en base a estas encuestas, se puede decir que los propios pobladores tienen esa misma idea.



Aunque la mayoría de los encuestados se han inclinado por los alimentos cárnicos, la mayor ha degustado al menos un platillo de la gastronomía sonorense, teniendo solo un 2% que no lo ha hecho o no identifica platillos sonorenses.



Del 98% anterior, la mayoría menciona que casi no consume productos de la gastronomía sonorense; se cuenta también con un alto porcentaje de personas que llegan a consumir una o dos veces a la semana este tipo de alimentos, y solo un 4% indico que los consume a diario.



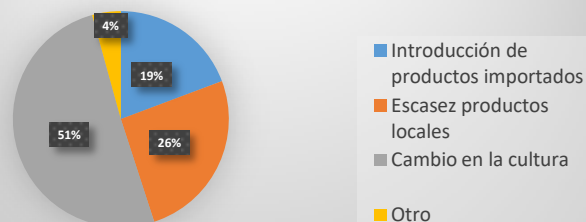
Al preguntar si consideran se ha perdido la cultura gastronómica de la sierra, un 77% coincide en que efectivamente se ha tenido una pérdida de este arte culinario de la región sierra.

¿Consideras que se ha perdido la cultura gastronómica de la sierra?



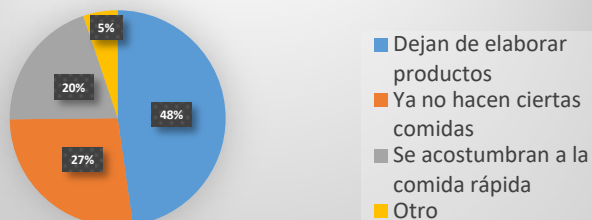
Basado en la pregunta anterior, 51% de los encuestados mencionan que existen cambios en la cultura y que por eso consideran que ha habido una pérdida de la identidad culinaria de la sierra, otros hacen mención de la escasez de productos locales, esto puede deberse a las sequías o a que los comerciantes han cambiado lo local por lo de importación.

¿Por qué consideras se ha perdido?



El cómo afecta ésta pérdida, casi la mitad de los encuestados opinan que los productores han dejado de elaborar o cosechar productos, otros mencionan que ya hay comidas que se han dejado de hacer, se desacostumbraron a comer ciertas comidas y se acostumbraron a las comidas rápidas.

¿Cómo afecta esta pérdida a los pueblos de la sierra?



En conclusión, y basándose en los resultados de la encuesta anterior, es importante tener presente la identidad cultural de cada región, no con esto se busca evitar el comerciar productos alimentarios de importación, sino hacer hincapié en la cultura que se está perdiendo, esa cultura que ha dado identidad a este gran país.

Se puede mencionar que la gastronomía de México es muy amplia y que nunca se va a perder, pero en el caso del estado de Sonora, específicamente en la sierra alta, si se está dando ésta pérdida, debido a la cercanía con los Estados Unidos y a la constante migración, sobre todo de jóvenes, hacia el país vecino, que se ha perdido esta identidad culinaria.

Es importante hacer conciencia sobre lo que está sucediendo en la sierra sonorenses, en relación a su gastronomía, por un lado es posible entender que los cambios climáticos han afectado de cierta manera los cultivos y se ha dejado de sembrar ciertas hortalizas por falta de agua o heladas que se han suscitado en la entidad, también se debe entender que se puede usar nuevas tecnologías, no para importar productos que sustituyan los ingredientes ancestrales, sino para ayudarse a la mejora de cultivos, lo cual ayudaría a mejorar tanto la economía de la región como a mantener su identidad culinaria.

Es posible que ésta pérdida sea un fenómeno mundial debido a los flujos de turistas y la migración, sin embargo, el conservar esta identidad gastronómica en cada pueblo de la sierra de Sonora, podría beneficiar económicamente a la zona, muchos turistas van en búsqueda de los alimentos característicos de cada pueblo, sobre todo cuando visitan zonas rurales no industrializadas en las que por desgracia encuentran, en ocasiones, productos más internacionales que locales.

Además, es necesario dar a conocer el arte culinario ancestral a las nuevas generaciones, con el fin de que estas prevalezcan y no solo sean parte de la historia sonorenses; aparte de todo, también de debe sensibilizar a esas nuevas generaciones, sobre la baja nutricional que en ocasiones tienen algunos alimentos de los que se consideran como rápidos o fast food, o alimentos muy procesados.

Sin embargo, la progresiva integración de Sonora a una economía mundial parece estar llevando a los sonorenses a una homogeneidad en gustos, costumbres y comidas que amenaza destruir la peculiaridad de los habitantes de esta región. La única respuesta posible, podría ser, la voluntad colectiva de revitalizar las costumbres y valores, no como un refugio de la inseguridad, sino como la reivindicación orgullosa de la propia cultura que se sabe distinta y con la capacidad de dialogar con el otro y los otros. Por su origen campirano, la cocina sonorenses, es poco sofisticada. Difícilmente se encuentra en ella platillos complicados sustentados en ingredientes exóticos. Menos aún hay en ella comidas que requieren distintos cocinados para llegar, al final, a una síntesis de sabores sofisticados y complejos. La cocina sonorenses utiliza productos, condimentos y modos de cocinar lo más sencillo posibles y sin entrar en más complicaciones que las que requiera llevar a la mesa un plato de buena sazón, abundante y nutritivo. Los platillos sonorenses tienen pocos rodeos y no pretenden presumir de grandes elegancias. Esto no significa que sea válido afirmar que ésta cocina no es elegante pues tiene en su sencillez y seriedad una dignidad que, asumida tranquilamente, ha hecho de muchos hogares sonorenses no sólo un sitio del buen comer sino también un lugar para platicar y disfrutar de la convivencia familiar o de amigos.

REFERENCIAS

LIBRO

Camou, E., 2012. Raíces de nuestra identidad: historia, alimentación y cultura. En: Meléndez, M. del C. Hernández y J. M., Alimentación contemporánea: un paradigma en crisis y respuestas alternativas. Hermosillo, Sonora: CIAD, pp. 210-224.

Centro de Investigación en Alimentación y Desarrollo, A. C., 2017. La cocina tradicional regional como un elemento de identidad y desarrollo local: el caso de San Pedro El Saucito, Sonora, México., Hermosillo: CIAD, AC.

CONACULTA, 2011. La Cocina Mexicana en el Estado de Sonora. En: México: CONACULTA/Océano, pp.11-14.

Fisher, J., 2014. Liberalismo, comunitarismo, cultura y multiculturalismo. Revista de Filosofía FACTÓTUM, Vol. 12, pp. 29-46.

Giddens, A., 1995. "La trayectoria del yo". En: Modernidad e identidad del yo. Barcelona: Península, pp. 93-139.

JS, P., 2003. Ethnic Identity and Acculturation. En: Chum KM, et.al. Acculturation: Advances in theory, measurement, and applied research. Washington DC, USA: American Psychological Association.

Novo, Salvador., 1997. Cocina Mexicana. México: Porrúa.

Pérez, E. P. & Ortega, M. I., 1994. De mujeres a mujeres: hacia una historia de la alimentación en la sierra de Sonora. En: S. Doode y E. P. Pérez (comps.), Sociedad, Economía y Cultura Alimentaria. Hermosillo, Sonora: CIAD-CIESAS, pp. 367-398.

Sandoval, S. & Camarena, D., 2011. Comportamiento alimentario y perfil de consumo de los sonorenses: el caso de las comidas internacionales. En: Región y Sociedad. Núm. 50 (XXIII). Hermosillo, Sonora.: COLSON, pp. 185-213.

Thompson, John B. (2002) [1990]: Ideología y cultura moderna. Teoría crítica social en la era de la comunicación de masas. División de Ciencias Sociales y Humanidades de la Universidad Autónoma Metropolitana - Unidad Xochimilco. México.

Tylor, E. B., (1995) [1871]. "La ciencia de la cultura". En: Kahn, J. S. (comp.): El concepto de cultura. Barcelona.: Anagrama.

ELECTRÓNICA

Enciso, L. A., 2013. La Jornada. [En línea] Disponible en: <http://www.jornada.unam.mx/2013/05/14/sociedad/037n1soc>

Kennedy, D., 2014. Comisión Nacional para el Conocimiento y Uso de la Biodiversidad (CONABIO). [En línea] Disponible en: <http://www.biodiversidad.gob.mx/ usos/dk/>